

# Действие на организм

## Железо

Железо играет важную роль в процессе образования гемоглобина в крови, имеет свойства защищать организм от бактерий (без него невозможно образование иммунитета), принимает участие в синтезе гормонов щитовидной железы. Для того, чтобы поступающие в организм витамины группы В работали в полную силу, также необходимо присутствие железа.

## Марганец

Марганец активирует многие ферменты: дипептидазы, аргиназу, карбоксилазу, каталазу, оксидазы, фосфатазы, в особенности костную и щелчную, что служит указанием на участие марганца в оссификации. Установлена связь марганца с витамином В<sub>1</sub>. Марганец благотворно влияет на развитие и процессы репродукции. Усиливает рост.